

Kochen

Martin Gehrlein

Montag, 17.06.2019

Petersilien-Schupfnudeln mit Bohnen und Erbsen

Für 4 Personen

Zutaten:

Für die Schupfnudeln

1 kg Kartoffeln, mehligkochend

Salz

200 g Mehl

50 g Hartweizengrieß

2 Eier (Größe M)

0,5 Bund Petersilie

Muskat

Für das Gemüse

400 g Bohnen, grün

2 Stiele Bohnenkraut

Salz

200 g Erbsen (gepalt, frisch oder TK)

1 Schalotte

2 EL Olivenöl

0,5 Bio-Zitrone, Saft und Schale davon

100 ml Gemüsebrühe

Pfeffer

200 g Sahne

0,5 Bund Petersilie

60 g Pecorino (oder anderer Hartkäse)



Zubereitung:

1. Für die Schupfnudeln die Kartoffeln abbrausen und in Salzwasser ca. 20 Minuten weichkochen.
2. Kartoffeln abgießen, ausdampfen lassen und die Schalen abziehen.
3. Kartoffeln durch eine Presse drücken und abkühlen lassen.
4. Inzwischen die Bohnen putzen und durchbrechen oder schneiden.
5. Bohnen mit Bohnenkraut in Salzwasser ca. 8 Minuten bissfest blanchieren.
6. Herausnehmen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.
7. Die (frischen) Erbsen im Bohnenwasser ca. 2 Minuten blanchieren.
8. Ebenfalls herausnehmen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.
9. Für die Schupfnudeln Petersilie abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.
10. Petersilie, Mehl, Grieß und Eier zur Kartoffelmasse geben und alles glatt verkneten.
11. Mit Salz und Muskat abschmecken.
12. Kartoffelmasse auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu ca. 2 cm dicken Rollen formen.
13. Aus den Rollen ca. 4-5 cm lange Schupfnudeln formen, auf eine Platte legen und abdecken.
14. Inzwischen für das Gemüse die Schalotte abziehen und fein würfeln.
15. Öl erhitzen. Schalotte darin andünsten.
16. Bohnen zugeben und ebenfalls andünsten.
17. Zitronensaft und Schale, sowie die Brühe unterrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Minuten einköcheln lassen.
18. Erbsen und Sahne zugeben und weitere ca. 2-3 Minuten sämig köcheln.



19. Schupfnudeln in siedendem Salzwasser ca. 3-4 Minuten garen. Steigen sie an die Oberfläche, sind sie gar.
15. Schupfnudeln herausheben, abtropfen lassen.
20. Petersilie abbrausen, trockenschütteln und fein schneiden.
21. Schupfnudeln mit Gemüse und Petersilie mischen und abschmecken.
22. Pecorino darüber reiben und servieren.

Tipp: Nach Belieben, die Schupfnudeln in etwas Butter anbraten, dann mit dem Gemüse mischen.

Ebenfalls nach Geschmack, das Gemüse noch mit etwas Bio-Zitronenschale und einigen Spritzer Zitronensaft würzen.